

Dr. Nadja Knauthe & Melanie Glausch
Nationales Centrum für Tumorerkrankungen Dresden
BARMER Online-Seminar, 23.04.2024

Sonnenschutz in der Kita



1. Einstieg

2. Warum ist Sonnenschutz notwendig? Was wird empfohlen?

3. Was ist CLEVER IN SONNE UND SCHATTEN?



NATIONALES CENTRUM FÜR
TUMORERKRANKUNGEN DRESDEN
UNIVERSITÄTS KREBSZENTRUM UCC

getragen von:
Deutsches Krebsforschungszentrum
Universitätsklinikum Carl Gustav Carus Dresden
Medizinische Fakultät Carl Gustav Carus, TU Dresden
Helmholtz-Zentrum Dresden-Rossendorf



1. Einstieg

2. Warum ist Sonnenschutz notwendig?
Was wird empfohlen?

3. Was ist CLEVER IN SONNE UND SCHATTEN?



NATIONALES CENTRUM FÜR
TUMORERKRANKUNGEN DRESDEN
UNIVERSITÄTS KREBSZENTRUM UCC

getragen von:
Deutsches Krebsforschungszentrum
Universitätsklinikum Carl Gustav Carus Dresden
Medizinische Fakultät Carl Gustav Carus, TU Dresden
Helmholtz-Zentrum Dresden-Rossendorf



Lebendige Statistik „Wie sehen Sie das?“

Sonnenbräune
lässt mich besser
aussehen.

Sonnengebräunte
Haut ist gesunde
Haut.

Lebendige Statistik „Wie sehen Sie das?“

Umfrage in GoToWebinar

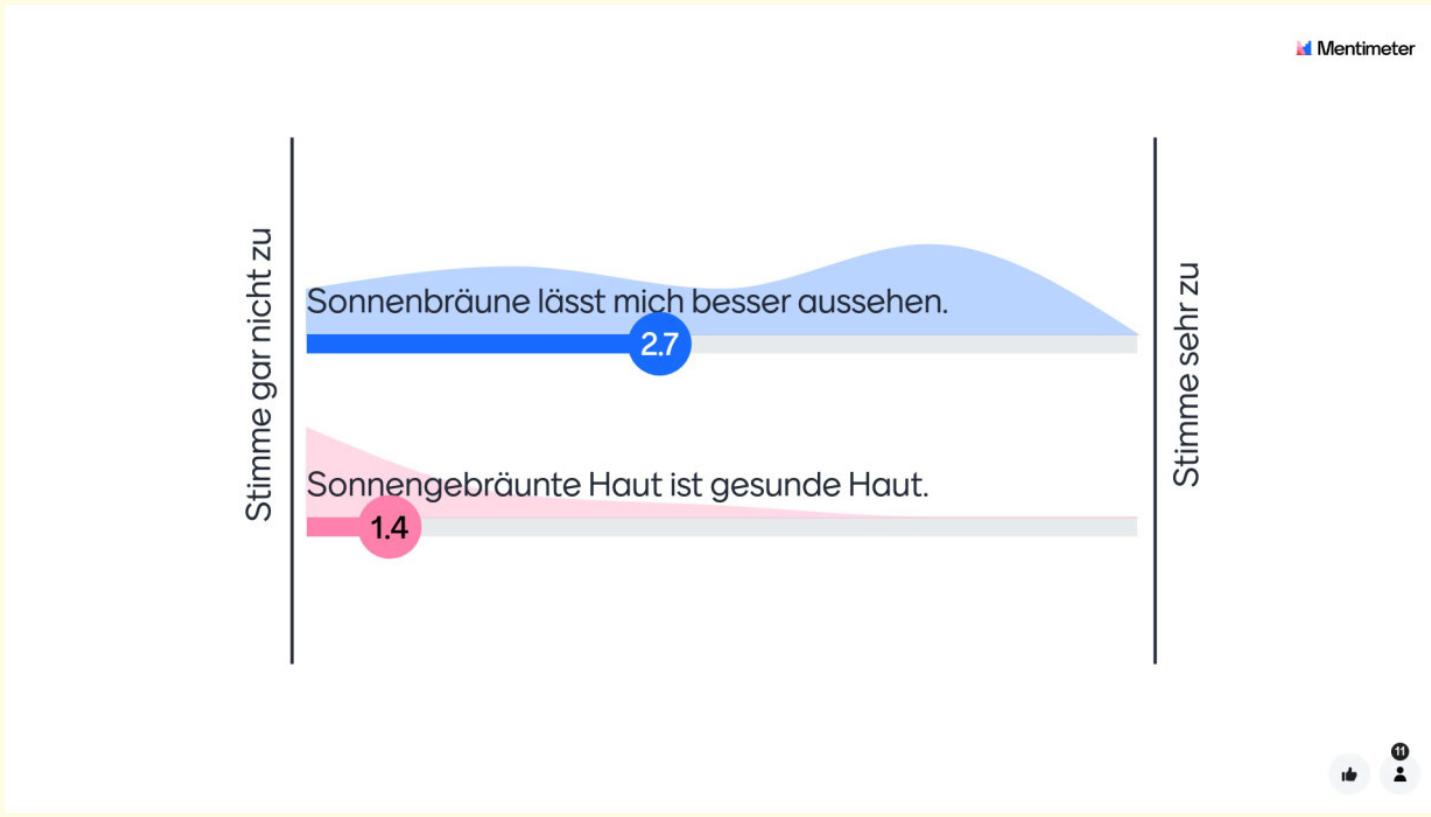


NATIONALES CENTRUM FÜR
TUMORERKRANKUNGEN DRESDEN
UNIVERSITÄTS KREBSCENTRUM UCC

getragen von:
Deutsches Krebsforschungszentrum
Universitätsklinikum Carl Gustav Carus Dresden
Medizinische Fakultät Carl Gustav Carus, TU Dresden
Helmholtz-Zentrum Dresden-Rossendorf



Lebendige Statistik „Wie sehen Sie das?“



„Wie sehen Sie das?“ – Blick in Studien

Gebräunte Haut ist noch immer ein gängiges Schönheitsideal.

90% der Eltern wissen um Zusammenhang UV-Schutz und Krebsrisiko.

Wer gebräunter Haut positiv gegenübersteht, schützt Kinder weniger vor UV-Strahlung.

Wissen der Eltern hat nur am Strand einen positiven Einfluss auf den UV-Schutz der Kinder.

Quelle: Gefeller et al., 2014; Abeck et al., 2000; Eichhorn et al., 2008

1. Einstieg

2. Warum ist Sonnenschutz notwendig? Was wird empfohlen?

3. Was ist CLEVER IN SONNE UND SCHATTEN?

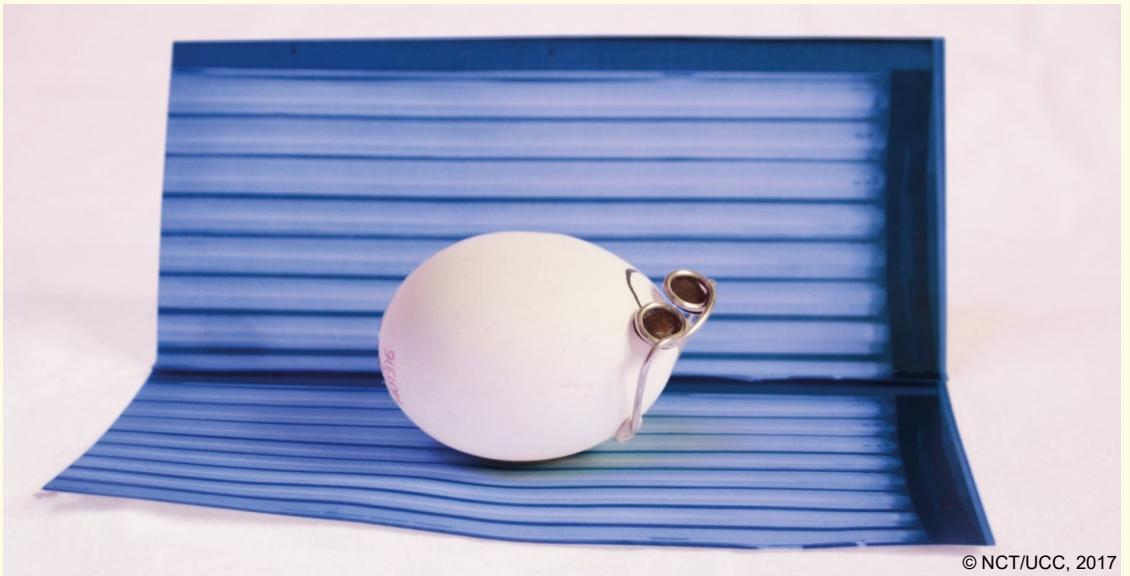


NATIONALES CENTRUM FÜR
TUMORERKRANKUNGEN DRESDEN
UNIVERSITÄTS KREBSZENTRUM UCC

getragen von:
Deutsches Krebsforschungszentrum
Universitätsklinikum Carl Gustav Carus Dresden
Medizinische Fakultät Carl Gustav Carus, TU Dresden
Helmholtz-Zentrum Dresden-Rossendorf



Sonnenbräune & Vitamin D



© NCT/UCC, 2017



Bild von 1602904 auf Pixabay



Konsentierte Empfehlung zu UV-Strahlung und Vitamin D

<https://www.bfs.de/DE/themen/opt/uv/wirkung/akut/empfehlung-vitamin-d.html>

Krebsinformationsdienst des DKFZ: Hautkrebsrisiko UV-Strahlung

<https://www.krebsinformationsdienst.de/service/iblatt/iblatt-uv-sonnenschutz.pdf>

Warum Sonnenschutz?

- UV-Strahlung der Sonne dringt tief in die Haut ein



© NCT/UCC, 2017



© NCT/UCC, 2017



© NCT/UCC, 2017

Warum Sonnenschutz?

- UV-Strahlung der Sonne kann zu **Pigmentverschiebungen** führen



© NCT/UCC, 2017



© NCT/UCC, 2017



© NCT/UCC, 2017

Warum Sonnenschutz?

- UV-Strahlung der Sonne kann vorzeitige **Hautalterung** verursachen



Foto von Colourbox



© NCT/UCC, 2017

Warum Sonnenschutz?

- UV-Strahlung der Sonne kann **Sonnenbrand** verursachen



© NCT/UCC, 2016

Warum Sonnenschutz?

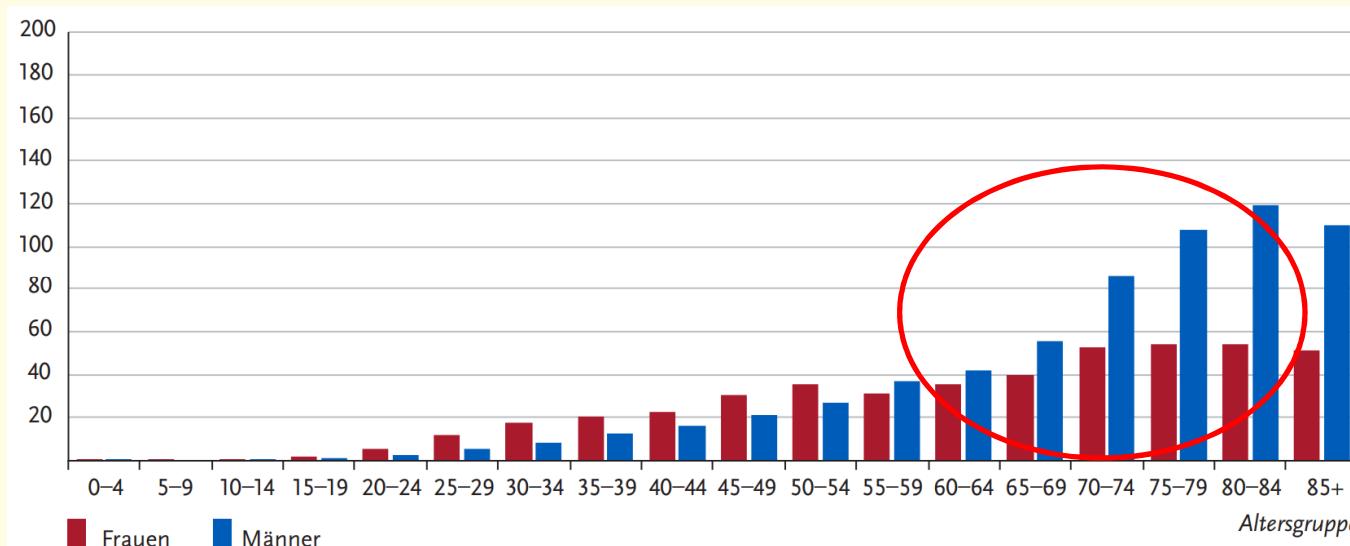
- UV-Strahlung der Sonne kann die **Augen** schädigen



© NCT/UCC, 2016

Warum Sonnenschutz?

- IARC / WHO stuft UV-Strahlung als **krebsfördernd** ein
- ist wichtigster Risikofaktor für Hautkrebs
- Jährlich ca. 308.110 Hautkrebsneuerkrankungen, davon ca. 41.000 Maligne Melanome



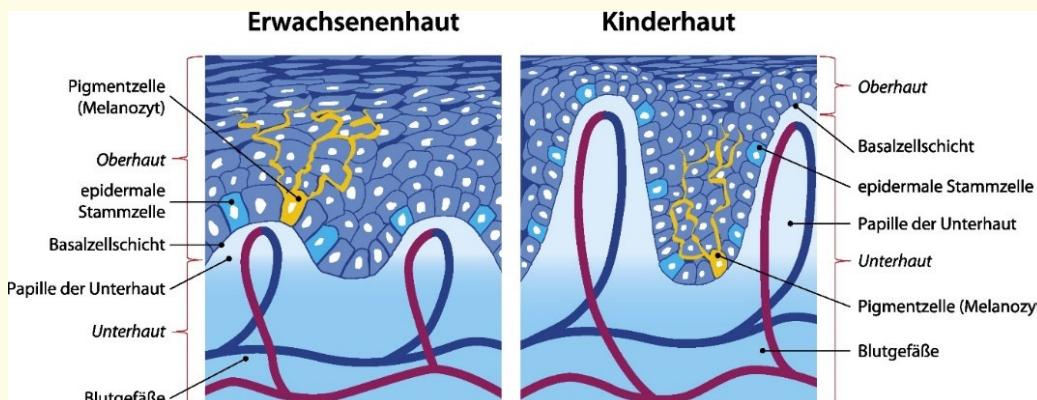
Altersspezifische
Neuerkrankungsraten nach
Geschlecht, ICD-10 C43
(Bösartiges Melanom der Haut),
Deutschland 2017 – 2018
je 100.000

Quelle: Robert Koch-Institut 2021 Krebs in Deutschland für 2017/2018 | Stand: 28.11.2023

Warum Sonnenschutz in der Kita?

Kinderhaut ist besonders schutzbedürftig!

- Stammzellen liegen dichter unter der Hautoberfläche
- Sonnenbrand tritt verzögert auf
- Eigenschutz der Haut ist erst ab dem 12. Lebensjahr vollständig ausgebildet



Quelle: www.krebshilfe.de/fileadmin/Downloads/PDFs/Praeventionsfaltblaetter_Fruherkennung/442-Clever_in_Sonne_und_Schatten.pdf | Stand: 26.09.2022

Warum Sonnenschutz in der Kita?

Kinderhaut ist besonders schutzbedürftig!

- Stammzellen liegen dichter unter der Hautoberfläche
- Sonnenbrand tritt verzögert auf
- Eigenschutz der Haut ist erst ab dem 12. Lebensjahr vollständig ausgebildet



Warum Sonnenschutz in der Kita?

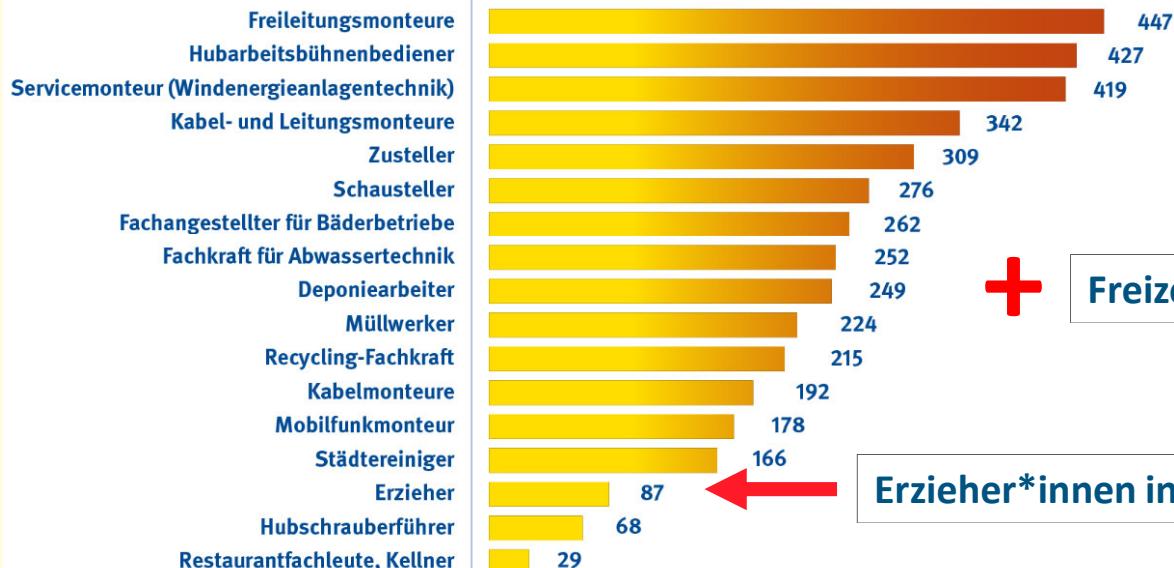
Aktuelle Studie: UV-Belastung von Kita-Beschäftigten



UV-Strahlenbelastung



Extrapolierter Jahresexpositionswert in SED *



Freizeit: ca. 200

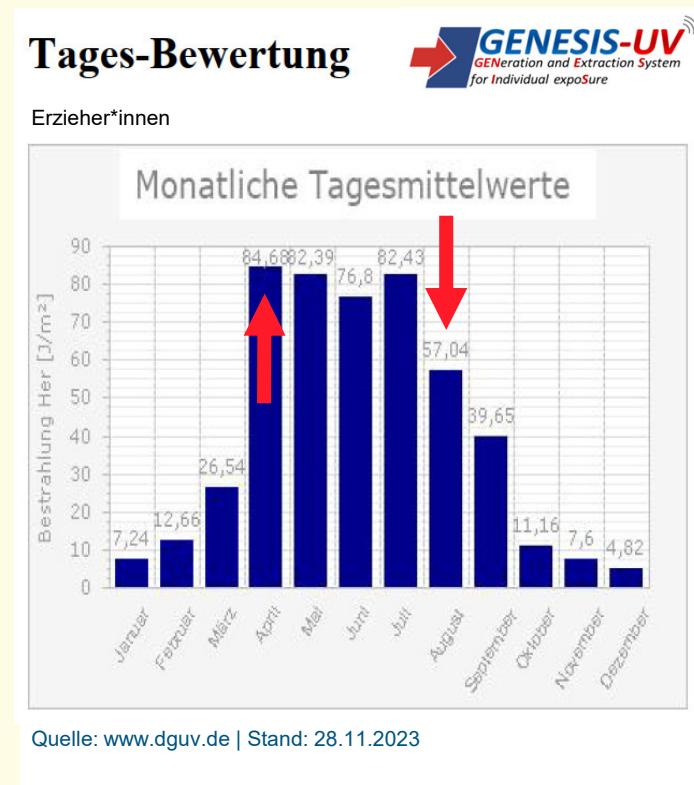
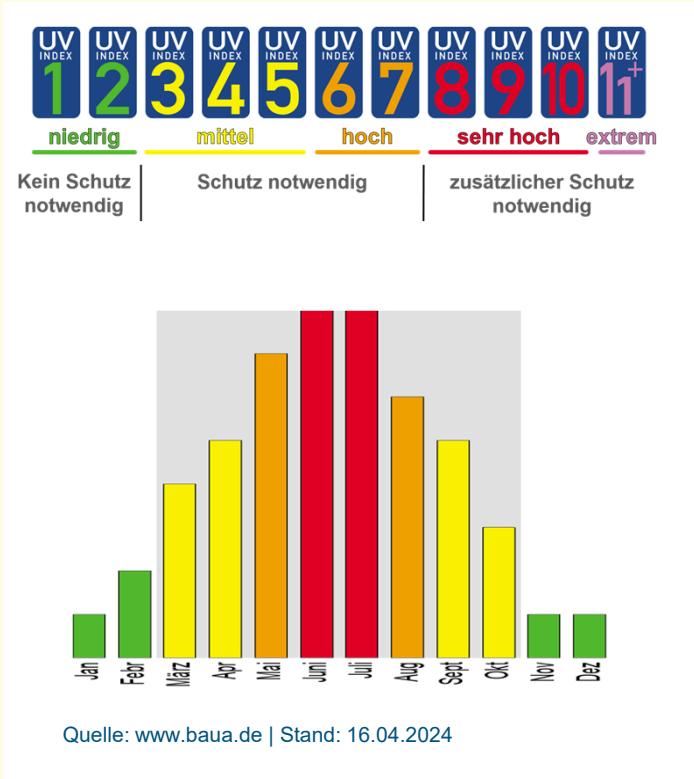
Erzieher*innen in Kitas: 101, in Krippe: 56

* Standard-Erythem-Dosis: 1 SED reicht aus, um beim Hauttyp 1 (helle Haut, rötliches Haar) Sonnenbrand auszulösen

Quelle: www.dguv.de | Stand: 28.11.2023

Warum Sonnenschutz in der Kita?

Aktuelle Studie: UV-Belastung von Kita-Beschäftigten



Exkurs Berufskrankheit BK 5103

- Seit 2015 Plattenepithelkarzinome oder Vorstufen durch natürliche UV-Strahlung anerkannt
- Risiko für weißen Hautkrebs steigt bei Beschäftigten, die im Zeitraum von April bis September mehr als eine Stunde in der Zeit zwischen 11 bis 16 Uhr an mindestens 50 Tagen im Jahr Sonnenstrahlung ausgesetzt sind... auch Erzieher*innen (DGUV Genesis UV-Studie).
- Arbeitgeber müssen diesen Beschäftigten eine arbeitsmedizinische Vorsorge anbieten.



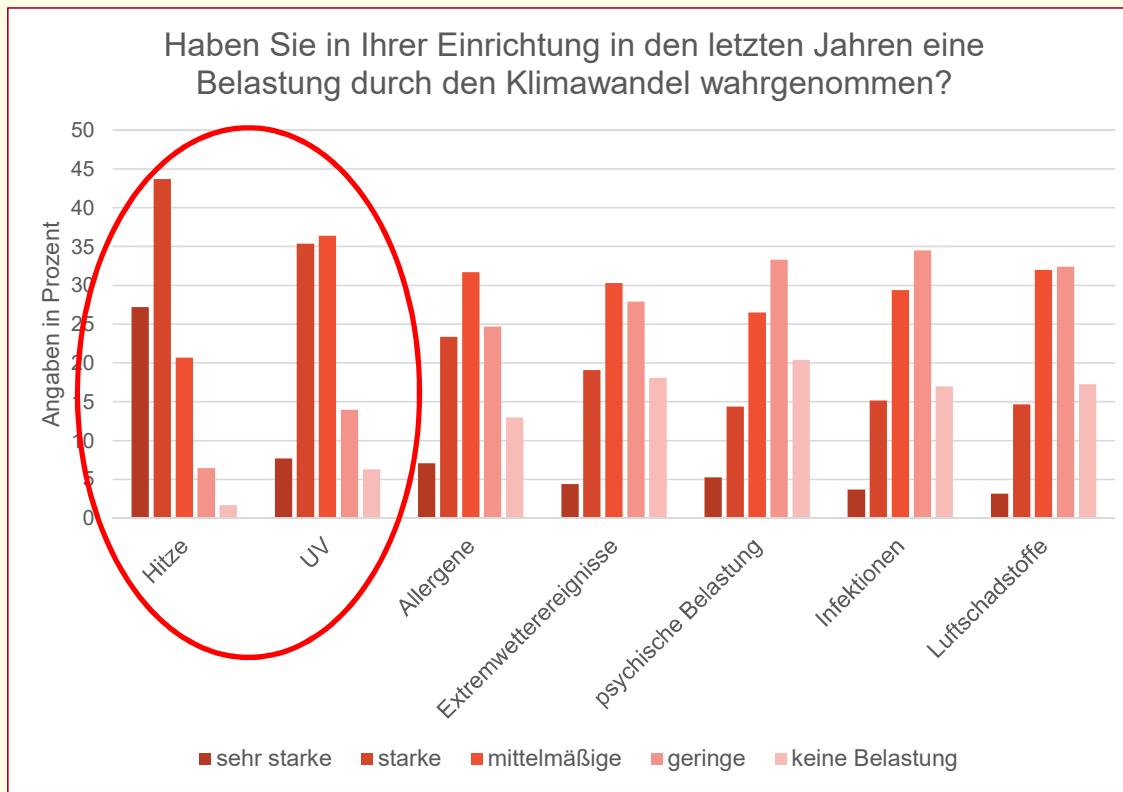
NATIONALES CENTRUM FÜR
TUMORERKRANKUNGEN DRESDEN
UNIVERSITÄTS KREBSZENTRUM UCC

getragen von:
Deutsches Krebfcorschungszentrum
Universitätsklinikum Carl Gustav Carus Dresden
Medizinische Fakultät Carl Gustav Carus, TU Dresden
Helmholtz-Zentrum Dresden-Rossendorf



Warum Sonnenschutz in der Kita?

Aktuelle Studie: UV- und Hitzebelastung von Kita-Beschäftigten

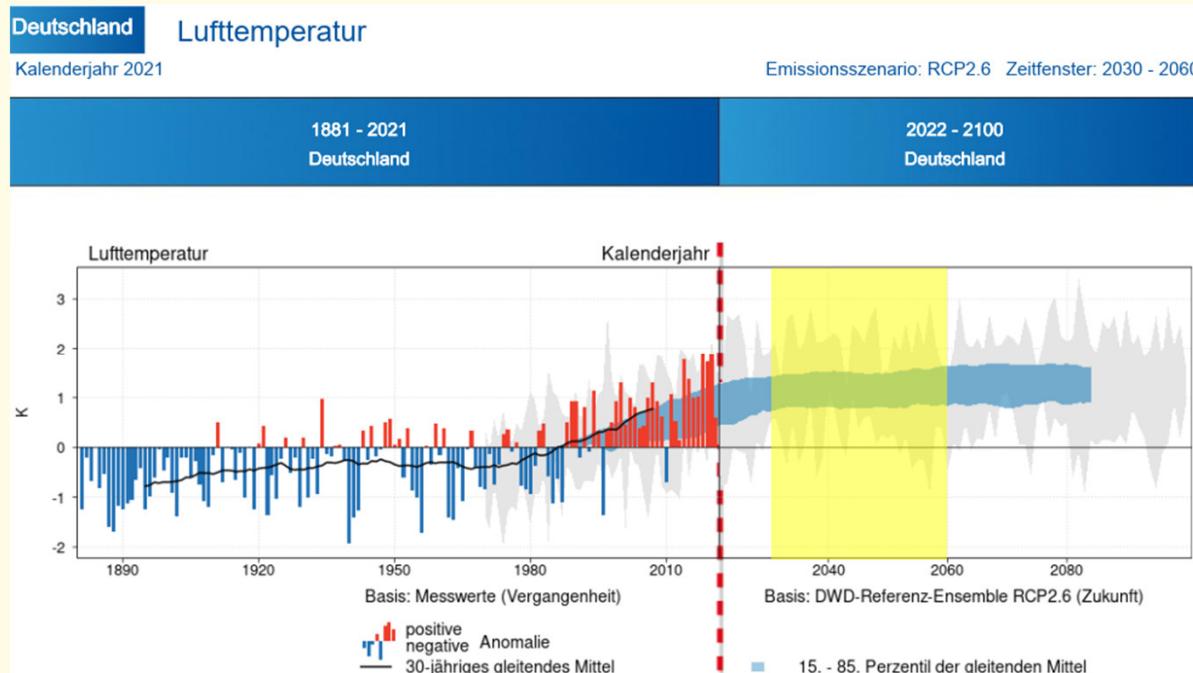


- Umfrage des NCT/UCC, über 4.000 Erzieher*innen
- 71 % durch Hitze und 43 % durch UV-Strahlung im Arbeitsalltag stark oder sehr stark belastet
- vergleichbares auch bei Kita-Kindern wahrgenommen

Quelle: NCT/UCC 2023, Kita-Umfrage "Klimawandel und Gesundheit" 2022, wird veröffentlicht im Sammelband „Gesundheitsrisiko Klimawandel“ (Hrsg. Prof. Sven Schneider)

Warum Sonnenschutz in der Kita?

Klimawandel verstärkt Notwendigkeit



Temperatur ↑
Sonnenstunden ↑

Tendenz:

- Weniger Kleidung
 - Mehr Aufenthalte im Freien
- = UV-Belastung ↑

Botschaft: Sonnenschutz ist kinderleicht



Mittagssonne meiden!



Schatten suchen!



T-Shirt,



Hut und



Sonnenbrille tragen!



Sonnencreme auftragen!

UV-Index



© DKH 2020

S3-Leitlinie Prävention von Hautkrebs

https://www.leitlinienprogramm-onkologie.de/fileadmin/user_upload/Downloads/Leitlinien/Hautkrebspraeventionsleitlinie_1.1/Version_2/LL_Pr%C3%A4vention_von_Hautkrebs_Langversion_2.1.pdf

Leitfaden UV-Schutz-Maßnahmen in Kitas (ArbSchG, SGB, DGUV...)

<https://www.cleverinsonne.de/wp-content/uploads/2022/01/2022-Leitfaden-Verhaeltnispraevention-Kita.pdf>



NATIONALES CENTRUM FÜR
TUMORERKRANKUNGEN DRESDEN
UNIVERSITÄTS KREBSZENTRUM UCC

getragen von:
Deutsches Krebforschungszentrum
Universitätsklinikum Carl Gustav Carus Dresden
Medizinische Fakultät Carl Gustav Carus, TU Dresden
Helmholtz-Zentrum Dresden-Rossendorf



1. Einstieg

2. Warum ist Sonnenschutz notwendig?

Was wird empfohlen?

3. Was ist CLEVER IN SONNE UND SCHATTEN?



NATIONALES CENTRUM FÜR
TUMORERKRANKUNGEN DRESDEN
UNIVERSITÄTS KREBSCENTRUM UCC

getragen von:
Deutsches Krebforschungszentrum
Universitätsklinikum Carl Gustav Carus Dresden
Medizinische Fakultät Carl Gustav Carus, TU Dresden
Helmholtz-Zentrum Dresden-Rossendorf



CLEVER IN SONNE UND SCHATTEN...



... ist eine Kampagne von:



NATIONALES CENTRUM FÜR
TUMORERKRANKUNGEN DRESDEN
UNIVERSITÄTS KREBSCENTRUM UCC

getragen von:
Deutsches Krebsforschungszentrum
Universitätsklinikum Carl Gustav Carus Dresden
Medizinische Fakultät Carl Gustav Carus, TU Dresden
Helmholtz-Zentrum Dresden-Rossendorf



www.die-sonne-und-wir.de
Uniklinik Köln | Universität zu Köln



... unterstützt mit kostenfreien Materialien Ärzt*innen, Kitas, Schulen, Sportvereine und Eltern, um bereits die Jüngsten zum richtigen Sonnenschutzverhalten anzuleiten

„Clever in Sonne und Schatten“-Programme...



- ... leiten die **nachhaltige Umsetzung im Alltag der Lebenswelten** an.
- ... sind **niedrigschwellig**.
- ... sind **kosten- und werbefrei**.
- ... ermöglichen **flexible, selbstständige Durchführung**.
- ... sind **ressourcenorientiert**.
- ... machen mit einer **Auszeichnung** längerfristiges Engagement sichtbar.

Das Programm „Clever in Sonne und Schatten für Kitas“...

**... vermittelt aktuelle Empfehlungen zum Sonnenschutz mit dem Ziel,
diese nachhaltig im Alltag zu verankern.**



- Ansatz am Setting: Organisation „Kita“ und Gesundheitsverhalten
- theoretisch fundiert und wissenschaftlich begleitet
- Erzieher:innen, die das Programm durchgeführt haben, schützen Kinder und sich selbst langfristig besser und nehmen weniger Hindernisse wahr

Das Programm „Clever in Sonne und Schatten für Kitas“



Best Practice

www.youtube.com/watch?v=D_vvZuW59i8

Baustein 1: Interaktive Weiterbildung für das Kita-Team

90 Minuten für die Teamsitzung

- leitet das Kita-Team an, individuell auf die Kita abgestimmte Maßnahmen zu entwickeln
- Sonnenschutz, der gemeinsam vom Team nachhaltig getragen wird



Checkliste „Clever in Sonne und Schatten“

Ziele **Umsetzung**

Das wollen wir machen	Das wollen wir nicht machen	Das wollen wir so machen

1. SONNEN-CHECK: Aufmerksamkeit für Sonnenschutz

Sonnenschutz von April bis September bedeutet Schatten suchen: Beispielsweise Spießbälle, Schatten in der Grasfläche, Schattenspielen oder Sonnenbaden. Schattenspielen: Sonnenbaden, Spießballspiel, UV-Index: Zur Achtung unveränderten UV-Index.

2. KLEIDUNGS-CHECK: Kleidungsschutz

Schattende Kleidungsstücke bedecken und mitbringen: Kopfbedeckung: Kappe, Ohren und Nacken schützen. Sonnenhut: Kinder, Eltern, Erzieher tragen. Mutter der Eltern: Eine Kopfbedeckung mitzubringen. Notfallkarte: Schattende T-Shirts, kostenfrei J.M. (Bestellung unter Tel.: 0221-12345678).

3. SONNENCREME-CHECK: Sonnencreme

Gesamtgröße: 50 ml. Leichter Anwendung: Kindern und Eltern von Stiftung Warentest empfohlen. Fertigpflaster für das Gesicht, die Arme und den Körper eines Kindergartentäufers. Kinder im Freien nach zwei Stunden und auch nach dem Baden ausreichen. Jedes Kind hat seine eigene Creme oder alle haben die gleiche? Eltern oder Betreuer bringen die Creme oder Sonnencreme mit. Eltern oder Betreuer bitten die Kita finanziert die Creme über Eltern oder Förderverein. Es gibt keine Monatskosten, auch Auskunfts- und Beratungsmöglichkeiten oder Unterstützung um Sonnencreme einzurichten. Elternverständnis: Bei Bedarf per Brief oder Aushang Einverständnis zum Einnehmen der Kinder einholen. Unterstützung der Eltern: Eltern bitten, ihre Kinder am Morgen einzurichten und bei Bedarf ausreichend Sonnencreme mitzubringen. Notfallkarte: Vorstufe an Sonnencreme anlegen für Kinder, die keine eigene Sonnencreme haben.

4. BILDUNGS-CHECK: Sonnenschutz zum Thema machen und mit gutem Beispiel vorangehen!

Kinder Sonnenschutz wird interaktiv behandelt (z.B. Bilder malen, Lieder singen, Schatten suchen). Kita-Team: ErzieherInnen und ErzieherInnen um die Bedeutung des Sonnenschutzes und Sonnencremes Mahlzeiten bereits im April jeden Jahres. Eltern: Eltern werden über Übereinkommen oder einen Aushang über die Sonnencreme-Strategie informiert und um Unterstützung gebeten. Vorbild sein: ErzieherInnen und Erzieher tragen z.B. schützende Hüte.

Baustein 2: Projektwoche für Kinder

Flexibel umsetzbar

- 4 Vormittage und 1 Elternnachmittag
- Geschichte vom Clown Zitzewitz
- Kinder werden zu Sonnenschutz-Expert*innen
- Handbücher und altersgerechtes und unterhaltsames Material (U3 / Ü3) im Programmpaket sowie Filme und Songs zum Download



Bilderbücher U3/Ü3



Schatten-Detektivsuche



 **Clown Zitzewitz und der Sonnenschutz**
www.youtube.com/watch?v=kfuPTOmmEeY

Das Lied vom Sonnenschutz
www.cleverinsonne.de/wp-content/uploads/2021/05/Das-Lied-vom-Sonnenschutz.mp3

Das kleine Lied vom Sonnenschutz (U3)
www.cleverinsonne.de/wp-content/uploads/2021/05/Das-kleine-Lied-vom-Sonnenschutz.mp3

Familienpaket zum Sonnenschutz

Werden Sie
CLEVER
in Sonne und Schatten



CLEVERE Eltern: Im Clip „Clown Zitzewitz erklärt den Sonnenschutz – für alle Erwachsenen und ihre Kinder“ erzählt der SonnenschutzClown in vier Minuten, worauf es beim Sonnenschutz ankommt. [www.t1p.de/clevere-eltern](https://t1p.de/clevere-eltern)



CLEVERE Familien: In der kostenfreien Broschüre „Sonnenschutz-Koffer für Familien“ finden Sie Bastel-, Spiel- und Experimentierideen rund um das Thema Sonne. Sie können die Broschüre hier herunterladen oder von Ihrer Kita bestellen lassen. [www.t1p.de/clever-koffer](https://t1p.de/clever-koffer)



NATIONALES CENTRUM FÜR
TUMORERKRANKUNGEN DRESDEN
UNIVERSITÄTS KREBSZENTRUM UCC

getragen von:
Deutsches Krebsforschungszentrum
Universitätsklinikum Carl Gustav Carus Dresden
Medizinische Fakultät Carl Gustav Carus, TU Dresden
Helmholtz-Zentrum Dresden-Rossendorf



Auszeichnung als CLEVER IN SONNE UND SCHATTEN



- Für Kitas und Kindertagespflegestellen, die die Projektwoche und die Team-Weiterbildung durchgeführt haben
- Über 500 Kitas ausgezeichnet
- Verlosung für ausgezeichnete Einrichtungen in einigen Bundesländern: www.cleverinsonne.de/verlosungen



© DKH, 2018



NATIONALES CENTRUM FÜR
TUMORERKRANKUNGEN DRESDEN
UNIVERSITÄTS KREBSZENTRUM UCC

getragen von:
Deutsches Krebsforschungszentrum
Universitätsklinikum Carl Gustav Carus Dresden
Medizinische Fakultät Carl Gustav Carus, TU Dresden
Helmholtz-Zentrum Dresden-Rossendorf



Auszeichnung als CLEVER IN SONNE UND SCHATTEN-Kita



1. Anmeldeformulare für Kita und U3 unter www.CleverinSonne.de/kita
2. Lesbare Fotografie/Kopie Ihrer ausgefüllten Sonnenschutzstrategie – Checkliste „Clever in Sonne und Schatten“
3. Fotos aus der Projektwoche. Für jede durchgeführte Aktivität ein Foto: von der Aktivität selbst oder von den entstandenen Werken der Kinder

Per E-Mail an krebspraevention@ukdd.de



Zum Nachschauen

- Video zur Programmdurchführung



www.youtube.com/watch?v=xJMuy_Fy-us&t=11s



- Video zur Auszeichnung



www.youtube.com/watch?v=ombBv3rc2pQ



Programm-Kit kostenfrei bestellbar unter: www.CleverinSonne.de/bestellen



© DKH, 2020

- Weitere Ideen und Elterninformationen in verschiedenen Sprache:
www.CleverinSonne.de/Ideenkiste
- Zusatzmaterial, z.B. Yoga für Sonnenschutz-Experten bestellbar:
www.krebshilfe.de/informieren/ueber-krebs/infothek/infomaterial-kategorie/fuer-den-kindergarten/



NATIONALES CENTRUM FÜR
TUMORERKRANKUNGEN DRESDEN
UNIVERSITÄTS KREBSZENTRUM UCC

getragen von:
Deutsches Krebshilfenzentrum
Universitätsklinikum Carl Gustav Carus Dresden
Medizinische Fakultät Carl Gustav Carus, TU Dresden
Helmholtz-Zentrum Dresden-Rossendorf



Weitere „Lebenswelten“



Projektpaket für Klasse 3 & 4 bestellbar unter:
www.die-sonne-und-wir.de

Häufig gestellte Fragen

- Welche Sonnencreme wird empfohlen?
 - Der beste Schutz sind Schatten und Kleidung!
 - Stiftung Warentest/ Stiftung Ökotest. 50+, Mit UVA-Schutz...
- Muss es UV-Kleidung sein?
 - Nicht unbedingt. Dunkle und dicht gewebte Kleidung die Schulter und teilweise Arme und Beine bedeckt, schützt am besten.
 - Wenn UV-Kleidung, dann mit Prüfsiegel UV STANDARD 801.
- Kinder schwitzen, Kleidung ausziehen?
 - Nein, soviel Stoff wie möglich, am besten luftig und locker.
 - Wechselshirt, Cappi mit Nackenschutz (auch wegen Sonnenstich).
 - Mit Eltern sprechen.
 - Mit Kitastart zum Sonnenschutz informieren, mit Schwerpunkt auf Kleidung.



<https://www.uvstandard801.com/de/>



Kontakt

Nationales Centrum für Tumorerkrankungen
Dresden (NCT/UCC)

Dr. Nadja Knauthe &

Melanie Glausch

krebspraevention@ukdd.de

www.cleverinsonne.de

www.krebshilfe.de/uv-schutz



NATIONALES CENTRUM FÜR
TUMORERKRANKUNGEN DRESDEN
UNIVERSITÄTS KREBSZENTRUM UCC

getragen von:
Deutsches Krebshilfenzentrum
Universitätsklinikum Carl Gustav Carus Dresden
Medizinische Fakultät Carl Gustav Carus, TU Dresden
Helmholtz-Zentrum Dresden-Rossendorf

gefördert durch  **Deutsche Krebshilfe**
HELPEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.

Medizinische Hitze-Hotline

Die Nummer gegen Hitze

 Kostenlos für alle Interessierten

 Hilfe von Mediziner/innen

 Infos zum Thema Hitze

 Hinweise zum Sonnenschutz

 Tipps zu angepasstem Essen und Trinken

► Hitze-Hotline: Tel. 0800 84 84 111

BARMER





BARMER

Kostenloses Online-Seminar: Erste Hilfe am Kind – Sommeredition

04.06.2024, 17:00-18:30 Uhr

In Zusammenarbeit mit der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V., Regionalverband Rhein-Ruhr

Das erwartet Sie in diesem Seminar:

- Vermeidung von Verletzungen und Unfällen
 - Erkennen und Versorgen von Sonnenstich, Hitzschlag und Sonnenbrand
 - Versorgung von Insektenstichen
 - Maßnahmen bei Beinahe-Ertrinken
 - Verlegung der Atemwege durch Fremdkörper
- Hier geht es zur Anmeldung: www.barmer.de/f005686



**Erste Hilfe am Kind
- Sommeredition**



Unsere Kontaktmöglichkeiten

für Unternehmen und Arbeitgeber

- **Telefonservice für Firmenkunden**

Den Telefonservice der BARMER erreichen Sie von Montag bis Freitag zwischen 7 und 20 Uhr, deutschlandweit und kostenfrei – auch übers Handy.

Telefonservice für Firmenkunden 0800 333 0505

- **Rückrufservice**

Sie möchten, dass wir Sie zurückrufen? Schicken Sie uns einfach Ihre Telefonnummer und die bevorzugte Anrufzeit. Wir rufen Sie so bald wie möglich an. www.barmer.de/f005534

- **E-Mail**

Sie benötigen ein Formular oder haben eine konkrete Frage?
Senden Sie eine E-Mail an die BARMER.

www.barmer.de/f002088

BARMER